



Tờ thông tin cho những người nhận sự sẵn
sóc cho người cao niên trong viện dưỡng lão

Vietnamese | Tiếng Việt

Thực phẩm và ăn uống – các lựa chọn của quý vị là quan trọng



Ăn thực phẩm mà quý vị thích là quan trọng cho sức khỏe và hạnh phúc của quý vị.

Trải nghiệm về thực phẩm và ăn uống đưa đến bởi nhà cung cấp sự sẵn sóc cho người cao niên (age care provider) phải được an toàn, ngon miệng, có sự tôn trọng và dựa trên những gì mà quý vị thích.

Nếu đây không phải là trải nghiệm của quý vị, quý vị có quyền nêu lên các quan ngại của mình với nhà cung cấp.

Nếu quý vị thấy không thấy thoải mái để nói chuyện với nhà cung cấp của mình về các quan ngại, hoặc nếu quý vị đã thử rồi mà không đạt một kết quả chấp nhận được, hãy liên hệ với Ủy Ban Về Chất Lượng và An Toàn Trong Sẵn Sóc Cho Người Cao Niên (Aged Care Quality and Safety Commission) và chúng tôi sẽ giúp quý vị.

Liên lạc với chúng tôi qua:

Điện thoại 1800 951 822

Trực tuyến agedcarequality.gov.au

Email info@agedcarequality.gov.au

Thư Aged Care Quality and Safety Commission GPO Box 9819,
<thủ đô tiểu bang của quý vị>

Ủy Ban có thể giúp quý vị ra sao?

Khi quý vị liên hệ với Ủy Ban về các quan ngại của quý vị đối với trải nghiệm của mình với thực phẩm và ăn uống tại một dịch vụ cung cấp sự sẵn sóc cho người cao niên, chúng tôi sẽ:

- lắng nghe quý vị để hiểu các quan ngại của quý vị
- nói chuyện với nhà cung cấp của quý vị
- hỗ trợ quý vị và nhà cung cấp để hiểu các quyền và trách nhiệm của mình
- đảm bảo nhà cung cấp của quý vị hiểu các trách nhiệm của họ



- giúp nhà cung cấp của quý vị chấp nhận một chương trình hành động đạt những trông đợi của quý vị
- kiểm tra lại với quý vị để xem các thứ đã được cải thiện chưa.

Nếu cần, Ủy Ban có thể có hành động theo qui định đối với nhà cung cấp sự săn sóc cho người cao niên của quý vị nhằm đảm bảo họ cải thiện chất lượng và tiêu chuẩn dịch vụ.

Quý vị có thể trông đợi những thay đổi nào?

Sau khi những quan ngại của quý vị được thông báo cho nhà cung cấp của quý vị, những thay đổi mà quý vị sẽ thấy bao gồm:

- nhân viên nói chuyện với quý vị để hiểu những chọn lựa của quý vị và nấu thực phẩm làm cho quý vị ăn thấy hài lòng
- giúp quý vị làm tối đa những gì mình tự làm được trong những giờ ăn
- đảm bảo quý vị nhận được chất dinh dưỡng mà quý vị cần để sống mạnh khỏe
- tôn trọng những nhu cầu và sở thích do văn hóa, tôn giáo và sự kiêng cử của quý vị
- một trải nghiệm ăn uống thú vị hơn.

Nếu quý vị muốn thử nói chuyện với nhà cung cấp của mình trước

Nếu quý vị cảm thấy thoải mái, quý vị có thể nêu các quan ngại của mình với nhà cung cấp sự săn sóc cho người cao niên của mình. Điều này sẽ giúp họ hiểu những quan điểm và sở thích của quý vị. Quý vị cũng có thể nhờ một thân nhân hoặc người bệnh vực (advocate) nói chuyện thay cho mình.

Một cuộc nói chuyện với dịch vụ của quý vị thường có thể dẫn đến những thay đổi được thực hiện nhanh chóng để đáp ứng những sở thích về thực phẩm và ăn uống của quý vị. Nhà cung cấp của quý vị có thể làm cho trải nghiệm về thực phẩm và ăn uống của quý vị tốt hơn nếu họ biết các sở thích của quý vị.

Trước khi nêu lên những quan ngại của mình, quý vị nên xét đến lời tư vấn sau đây:

- Sự việc có ích hơn nếu các quan ngại của quý vị **đạt đến đúng** người. Quý vị có thể yêu cầu được nói chuyện với nhân viên chịu trách nhiệm về thực phẩm và ăn uống.
- Nếu được, hãy cung cấp **những thí dụ cụ thể** về điều mà quý vị muốn thay đổi. Hãy cho họ biết thực phẩm nào quý vị thích và không thích. Hãy nói về các bữa ăn mà quý vị thích và các bữa ăn không đáp ứng sự trông đợi của mình. Quý vị còn có thể có những công thức làm món ăn mình thích mà quý vị có thể đưa cho họ thử nấu.



- Quý vị có thể điền vào '**Mẫu những sở thích về thực phẩm và ăn uống của tôi**' tại trang 4 của tờ thông tin này và đưa mẫu cho nhà cung cấp của quý vị. Đây là một cách tốt để đảm bảo nhà cung cấp của quý vị biết những sở thích của mình, quý vị có thể cập nhật mẫu này bất cứ lúc nào.
- Hiểu về những quyền của mình. Bản Hiến Chương Các Quyền Về Sự Sẵn Súc Cho Người Cao Niên (The Charter of Aged Care Rights) là nơi

để khởi đầu tốt. Quý vị có thể xem Bản Hiến Chương tại <https://www.agedcarequality.gov.au/consumers/consumer-rights> hoặc yêu cầu nhà cung cấp của quý vị đưa cho mình một bản in sẵn.

- Đừng bỏ cuộc nếu quý vị không cảm thấy mình được lắng nghe. Quý vị không cần nêu lên các quan ngại một mình. Ủy Ban có thể giúp quý vị bất cứ lúc nào. Sự hỗ trợ bên vực cũng có sẵn.





Những sở thích về thực phẩm và ăn uống của tôi

Tên

Những sở thích cho bữa ăn

Thí dụ các loại thực phẩm và nước uống, số lượng mong muốn v.v..

Những sở thích ăn uống của tôi

Thí dụ khi nào, ở đâu và với ai

Tôi cần trợ giúp nào (nếu có) cho việc ăn và uống?

Những vấn đề sức khỏe nào (nếu có) ảnh hưởng đến việc ăn và uống của tôi?

Tôi thường ăn nhiều bao nhiêu?

Tôi tuân theo truyền thống hoặc tục lệ văn hóa và/hoặc tôn giáo nào?

Các chi tiết liên lạc

Thí dụ chuyên gia dinh dưỡng thường lệ, chuyên gia về kỹ năng sống, chuyên gia về răng, chuyên gia về giọng nói

Dành cho nhân viên

Cân nặng của người sống trong viện dưỡng lão được ghi nhận tại đâu?*

Sự sụt ký và giảm tiêu thụ thực phẩm là những dấu hiệu báo động sự suy dinh dưỡng. Nếu quý vị thấy có những thay đổi, hãy liên lạc với chuyên gia dinh dưỡng của người sống trong viện dưỡng lão để được giúp đỡ.

* Lên danh sách các nơi giữ mức cân nặng thường của người sống trong viện dưỡng lão. Đừng ghi cân nặng trên tờ ghi sở thích này.



Quý vị có thể tìm hỗ trợ hoặc tư vấn từ các **dịch vụ bệnh vực** miễn phí, độc lập.

Những dịch vụ này có thể cung cấp sự hỗ trợ cho người già và các người đại diện của họ về các vấn đề liên quan đến các dịch vụ săn sóc người cao niên được Chính phủ Liên bang tài trợ.

Đường dây Hỗ trợ của Mạng lưới Bệnh vực Người Cao Niên (The Older Person's Advocacy Network (OPAN) Support Line) có thể cung cấp tư vấn miễn phí và độc lập trên số **1800 700 600** hoặc viếng trang mạng opan.org.au.

Để có thêm thông tin

Quý vị có thể tìm thêm thông tin về các trải nghiệm về thực phẩm và ăn uống trong sự săn sóc người cao niên tại trang mạng của Ủy Ban:

<https://www.agedcarequality.gov.au/consumers/food-dining-and-nutrition>

Quý vị có thể tìm thêm thông tin để giúp quý vị nêu lên các quan ngại của mình qua việc đọc tập tài liệu hướng dẫn cách Tự Bệnh Vực của OPAN (OPAN's Self-advocacy tool kit):

<https://opan.org.au/toolkit>

Quý vị có quyền lựa chọn ăn và uống cái gì, ở đâu và khi nào.

Quý vị có quyền nêu lên các quan ngại của mình về các trải nghiệm về thực phẩm và ăn uống của mình.

Có sự hỗ trợ để giúp quý vị nêu lên những quan ngại của quý vị.



Điện thoại
1800 951 822



Trang mạng
agedcarequality.gov.au



Viết thư
Aged Care Quality and Safety Commission
GPO Box 9819, tại thủ đô tiểu bang quý vị